

燒丹進火以中還下鍊質焚身以下還中五行顛倒三田返復
互相交換以至鍊形化氣鍊氣成神自下田遷至中田自中田
遷至上田自上田遷出天門棄下凡軀以入聖流仙品方爲三
遷功成自下而上不復更有還矣

論鍊形第十四

呂曰還丹既已知矣所謂鍊形之理可得聞乎

鍾曰人之生也形與神爲表裏神者形之主形者神之舍形中
之精以生氣氣以生神液中生氣氣中生液乃形中之子母也
水以生木木以生火火以生土土以生金金以生水氣傳子母
而液行夫婦乃形中之陰陽也水化爲液液化爲血血化爲津

道藏輯要

傳道集

三

危集二

以陰得陽而生也若陰陽失宜則涕淚涎汗橫出而陰失其生
矣氣化爲精精化爲珠珠化爲汞汞化爲砂以陽得陰而成也
若陰陽失宜則病老死苦而陽不得成矣陰不得陽不生陽不
得陰不成奉道之士豈可修陽而不修陰鍊已鍊而不鍊物也鉛
夫已身受氣之初乃父母真氣兩停而卽精血爲胎胞寄質在
母純陰之宮陰中生陰因形造形胎完氣足是堂堂六尺之軀
皆屬陰所有者一點元陽而已誠欲長生不死以鍊形住世而
劫劫長存必在超凡入聖以鍊形化氣而身外有身
呂曰形象陰也陰則有體以有爲無使形化氣而超凡軀以入
聖品乃鍊形之上法也因形留氣以氣養形小則安樂延年大

則留形住世既老者返老還童未老者定顏長壽以三百六十年爲一歲三萬六千歲爲一劫三萬六千劫爲一浩劫浩浩之劫不知歲月之幾何而與天地長久乃鍊形驗證也至其所以鍊形之理造化之機而有如此之驗可得聞乎

鍾曰人之成形三百日胎完既生之後五千日氣足五尺五寸爲本軀以應五行生成之數或有大小之形而不齊者以寸定尺長短合宜心之上爲九天腎之下爲九地腎到心八寸四分心到重樓第一環八寸四分重樓第一環到頂八寸四分自腎到頂凡二尺五寸二分而元氣一日一夜盈滿者三百六十度每度二尺五寸二分計八十一丈元氣以應九九純陽之數心

道藏輯要

傳道集

罕

危集二

腎相去以合天地懸隔之宜自腎到頂共二尺五寸又按五行五五純陽之數故元氣隨呼而出既出也榮衛皆通天地之正氣應時順節或交或離丈尺無窮隨吸而入既入也經絡皆闢一呼一吸天地人三才之真氣往來於十二樓前一往一來是曰一息晝夜之間人有一萬三千五百息分而言之萬三千五百呼所呼者自己之元氣從中而出一萬三千五百吸所吸者天地之正氣自外而入根源牢固元氣不損呼吸之間可以奪天地之正氣以氣鍊氣散滿四大清者榮而濁者衛悉皆流通縱者經而橫者絡盡得舒暢寒暑不能爲害勞苦不能爲虞體輕骨健氣爽神清永保無疆之壽長爲不老之人苟或根源

不固精竭氣弱上則元氣已泄下則本宮無補所吸天地之氣浩浩而出八十一丈元氣久而損不爲己之所有反爲天地所取何能奪於天地之正氣積而陰盛陽衰氣弱而病氣盡而死復入輪迴

呂曰元氣如何不走失以鍊形質可奪天地之正氣而能浩劫長存也

鍾曰欲戰勝者在兵強欲民安者在國富所謂兵者元氣也其兵在內消形質之陰其兵在外奪天地之氣所謂國者本身也其身之有象者豐足而常有餘其身之無形者堅固而無不足萬戶長開而無一失之虞一馬運行而有多得之妙或前或後

道藏輯要

傳道集

聖

危集二
×××

乃所以鍊質焚身或上或下乃所以養陽消陰燒乾坤自有時辰煨氣液能無日候以玉液鍊形伏甲龍而升飛則白雪滿於塵肌以金液鍊形逐雷車而下降則金光盈於臥室

呂曰鍊形之理亦粗知矣金液玉液者何也

鍾曰金液鍊形則骨朝金色體出金光金花片片空中自現乃五氣朝元三陽聚頂欲超凡體之時而金丹大就之日若玉液鍊形則肌泛陽酥而形如琪樹瓊花玉蕊更改凡體而光彩射人乘風而飛騰自如形將爲氣者也奉道之士雖知還丹之法而鍊形之功亦不爲小矣當玉液還丹沐浴胎仙而升之上行以河車般於四大始於肝也肝受之則光盈於目而目如點漆

次於心也心受之口生靈液而液爲白雪次於脾也脾受之則肌若凝脂而癩痕盡除次於肺也肺受之則鼻聞天香而顏復少年次於腎也腎受之則丹還本府耳中常聞絃管之音鬢畔永絕斑白之色此玉液之鍊形也及夫金液鍊形不得比此始還丹而未還與君火相見而曰既濟既還丹而復起與真陰相敵而曰鍊質土本剋水若金液在土使黃帝回光以合於太陰火本剋金若金液在火使赤子同爐而自生紫氣於水中起火在陽裏消陰變金丹於黃庭之內鍊陽神在五氣之中於肝則青氣沖於肺則白色出於心則赤光現於腎則黑氣升於脾則黃色起五氣朝於中元從君火以超內院下元陰中之陽其陽無陰升而聚在神宮中元陽中之陽其陽無生升而聚在神宮黃庭大藥陰盡陽純升而聚在神宮五液朝於下元五氣朝於中元三陽朝於上元朝元既畢功滿三千或而鶴舞頂中或而龍飛身內但聞嘹唳樂聲又覩仙花亂墜紫庭盤桓真香馥郁三千功滿不爲塵世之人一炷香消已作蓬瀛之客乃曰超凡入聖而脫質升仙者也

論朝元第十五

呂曰鍊形之理既已知矣所謂朝元者可得聞乎

鍾曰大藥將就玉液還丹沐浴胎仙真氣既生以沖玉液上升而更改塵骨而曰玉液鍊形及夫肘後飛起金精河車以入內